nieuws

# Overgewicht is net zo ongezond als roken

nieuws

Wie te dik is, loopt evenveel kans om vroegtijdig te overlijden als wie rookt. Wie rookt én te zwaar is, loopt dubbel gevaar. Dat blijkt uit een onderzoek dat door het British Medical Journal werd gepubliceerd. Het onderzoek werd uitgevoerd onder leiding van Martin Neovius van de geneeskundeafdeling van het Karolinska Instituut in Zweden.

25 FEBRUARI 2009 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:07

Lees meer over:
gezondheid

Wie te dik is, loopt evenveel kans om vroegtijdig te overlijden als wie rookt. Wie rookt én te zwaar is, loopt dubbel gevaar. Dat blijkt uit een onderzoek dat woensdag door het British Medical Journal werd gepubliceerd. Het onderzoek werd uitgevoerd onder leiding van Martin Neovius van de geneeskundeafdeling van het Karolinska Instituut in Zweden.

De onderzoekers hebben de doodsoorzaak geanalyseerd van ruim 45.000 mannen die op 18-jarige leeftijd waren gekeurd voor militaire dienst. Bij die keuring werd hen gevraagd of en hoeveel ze rookten. Ook werd hun Body Mass Index (BMI) gemeten. Een normaal gewicht stemt overeen met een BMI van 18,5 tot 24,9, wie overgewicht heeft zit tussen 25 en 30 en wie een BMI van meer dan 30 heeft is zwaarlijvig. De onderzochte mannen zijn vervolgens gemiddeld 38 jaar gevolgd.

De analyse toont aan dat zwaarlijvige adolescenten evenveel risico lopen om vroegtijdig te overlijden als wie meer dan 10 sigaretten per dag rookt. Vergeleken met adolescenten met een normaal gewicht neemt bij wie op 18-jarige leeftijd aan overgewicht lijdt of minder dan 10 sigaretten per dag rookt, de kans op vroegtijdig overlijden met de helft toe. Bij zwaarlijvigen en zware rokers is het risico meer dan tweemaal zo groot, zo blijkt uit de analyse.

Wie overgewicht heeft en minder dan 10 sigaretten rookt, loopt meer dan tweemaal zoveel kans om jonger te sterven. Bij zwaarlijvige kettingrokers is dat risico bijna vijf maal zo groot, zo valt uit het onderzoek te concluderen. Aan de andere kant lopen mensen met een BMI van minder dan 17 evenveel kans op een vroegtijdige dood als mensen met overgewicht.

**Bron:** Belga


## VILT vzw

Bd Simon Bolivar 17
1000 Bruxelles

## Contact

M • info@vilt.be


## Volg ons op:

screenreader.visit us on our facebook page: https://www.facebook.com/vilt.nieuws/
screenreader.visit us on our linkedin page: https://www.linkedin.com/company/vilt-vzw/
screenreader.visit us on our instagram page: https://www.instagram.com/vilt.nieuws
screenreader.visit us on our x page: https://x.com/vilt_nieuws
screenreader.visit us on our bluesky page: https://bsky.app/profile/viltnieuws.bsky.social

---


© 2026 VILT vzw, all rights reserved |
Privacy policy
Copyright
Cookie Policy
Cookie instellingen aanpassen

Crafted by Brigada